క్లుప్తంగా

ఘనంగా గావు పండగ



గంగమ్మ తల్లి మేల్కొల్పులు ఆలపిస్తున్న యాదవ కుల గురువులు

సీతానగరం: మండలంలోని సూరంపేటలో యాదవ కులస్తులు ఆరాధ్య దైవంగా పూజించే గావు పండగను నాగ్ల కుటుంబీకుల ఆధ్వర్యంలో శనివారం ఘనంగా నిర్వహించారు. శుక్రవారం సాయంత్రం వెదుళ్లతో భారీ ఎత్తున పందిరి వసి పందిరి గంగమ్మ తల్లి పేరున కొనుగోలు చేసిన వందలాది చీరలు, అరటి గెలలు వేలాడదీశారు. మండపానికి దిగువన హోమ, యాగ పూజలు చేయడంతో పాటు తప్పెటగుళ్లతో పురవీధుల్లో మేలు పొల్పుల పాటలు ఆలపించారు. ఆదివారం ఉదయం యాదవ కులస్తులంతా గుడికి వెళ్లి మొక్కులు చెల్లించుకుంటారు.

పేదలకు దుస్తుల పంపిణీ



దుస్తులు పంపిణీ చేస్తున్న దాతలు

బలిజిపేట: పెదపెంకి నేతాజీ గ్రంథాలయం వద్ద పేదలకు సీతారాం పట్నాయక్ శనివారం దుస్తులు పంపిణీ చేశారు. గ్రంథాలయ వ్యవస్థాపకుడు సంజీవినాయుడు ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. సీతారాం పట్నాయక్ జన్మదిన సందర్భంగా వీటిని పంపిణీ చేసినట్లు తెలిపారు. నిరుపేదలకు అవసరమైన సహకారాన్ని అందించడం ఎంతో సంతృప్తిగా ఉందని దాత సీతారాం పట్నాయక్ తెలిపారు. కార్యక్రమంలో సంజీవినాయుడు, యువకులు పాల్గొన్నారు.

కొలతల ఆధారంగా ఫారం పాండ్స్ పనులు



మాట్లాడుతున్న ఎంపీడీఓ త్రివిక్రమరావు

సీతానగరం: మండలంలోని గ్రామాల్లో జరుగుతున్న ఫారం పాండ్స్ పనులు ఇంజినీరింగ్ సిబ్బంది ఇచ్చిన కొలతల ఆధారంగా, నిర్దేశించిన వేతనదారులతో నిర్మాణ పనులు చేయించాలని ఎంపీడీఓ పి.త్రివిక్రమరావు అన్నారు. రామవరంలో పీ4 సర్వేను, ఆర్ వెంకంపేట మెట్ట భూమిలో జరుగుతున్న ఫారం పాండ్స్ పనులను శనివారం పరిశీలించారు. ఈ మేరకు ఆర్ వెంకంపేట ఉపాధి పనుల్లో పాల్గొన్న వారంతా సమయపాలన, పనుల్లో నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటించాలన్నారు. ఉపాధి హామీ పథకం టెక్నికల్ సహాయకులు ఇచ్చిన కొలతలు ఆధారంగా పనులు నిర్వహించాలని కోరారు.

ప్రమాదకర ప్రయాణం



లగేజీ ఆటో వెనుక భాగంలో ప్రమాదకరంగా కూర్చొని ఉన్న ప్రయాణికులు

పార్వతీపురం రూరల్: నిత్యం రహదారి ప్రమాదాలు చోటు చేసుకుంటున్నప్పటికీ వాహన చోదకులుగాని, ఇటు ప్రయాణికులుగాని నిర్లక్ష్యం వీడడం లేదు. అతి వేగం, నిర్లక్ష్య డ్రైవింగ్, పరిమితికి మించి ప్రయాణికుల తరలింపు వంటి చర్యల వల్ల నిత్యం ఎక్కికక్కడ ప్రమాదాలు జరుగుతున్నా... ప్రజల్లో మార్పు రావడం లేదు. ఇందుకు నిదర్శనమే ఈ చిత్రం . శనివారం పార్వతీపురంలోని వెంకంపేట గోరీలు సమీపంలో జాతీయ రహదారిపై లగేజీ ఆటోలో ఎలాంటి ఆధారం లేకుండా వెనుక భాగంలో ప్రమాదకరంగా కూర్చొని ప్రయాణం చేస్తున్న ప్రయాణికుల తీరు సాక్షి కంట పడింది.

ఇంటర్ పరీక్షకు ఒకరు గైర్హాజరు

సీతానగరం: మండలంలో జరుగుతున్న ఇంటర్మీడియట్ పరీక్షలు శనివారం ప్రశాంతంగా ముగిశాయి. జోగింపేట గిరిజన ప్రతిభా విద్యాలయంలో 150 మంది హాజరు కావల్సి ఉండగా 149 మంది హాజరయ్యారని సూపరింటెండెంట్ ధర్మరాజు తెలిపారు. సీతానగరం ప్రభుత్వ జూనియర్ కాలేజీలో జనరల్ పరీక్షల్లో 121 మంది హాజరు కావల్సి ఉండగా ఒకరు గైర్హాజరయ్యారని, వృత్తి విద్యాకోర్సుల్లో 144 మంది విద్యార్థులు హాజరు కావల్సి ఉండగా 125 మంది హాజరయ్యారని 19 మంది గైర్హాజరయ్యారని సూపరింటెండెంట్ ఎల్.దాలినాయుడు తెలిపారు.

మహిళలను మోసం చేస్తున్న
కూటమి ప్రభుత్వం

• వైఎస్సార్‌సీపీ ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా మహిళా దినోత్సవం



కేక్ కట్ చేసి మహిళా దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటున్న వైఎస్సార్‌సీపీ శ్రేణులు



సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న వైఎస్సార్‌సీపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు శత్రుచర్ల పరీక్షిత్‌రాజు

పార్వతీపురం టౌన్: మహిళలను కూటమి ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా మోసం చేస్తుందని వైఎస్సార్‌సీపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు శత్రుచర్ల పరీక్షిత్‌రాజు ధ్వజమెత్తారు. అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా స్థానిక క్యాంపు కార్యాలయంలో మహిళలతో శనివారం సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కూటమి ప్రభుత్వం మహిళలను అన్ని విధాలా మోసం చేస్తూ వస్తుందని మండిపడ్డారు. గత వైఎస్సార్‌సీపీ పాలనలో మహిళా సాధికారతే ధ్యేయంగా అడుగులు వేసిందని, ప్రస్తుత కూటమి ప్రభుత్వం మహిళ సాధికారతను విస్మరించిందని మండిపడ్డారు. నేడు కూటమి ప్రభుత్వం మహిళలకు ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయక నిలువునా మోసం చేస్తోందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. జగనన్న పాలనలో మహిళల కోసం వైఎస్సార్ చేయూత, ఆసరా, అమ్మవడి, ఈబీసీ, కాపు నేస్తం, నామినేటెడ్, పార్టీ పదవులలో మహిళలకు 50 శాతం రిజర్వేషన్లు కల్పించి ఆయనకున్న చిత్తశుద్ధి చాటుకున్నారని గుర్తు చేశారు.

మహిళా శక్తి బలపడాలి : జోగారావు

కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే అలజంగి జోగారావు మాట్లాడుతూ మహిళలకు అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. దివంగత నేత వైఎస్ రాజశేఖరరెడ్డి మహిళలను లక్షాధికారి చేయాలనే లక్ష్యంతో ముందుకు సాగితే తండ్రి ఆశయాన్ని అమలు చేసిన ఏకైక నేత మన మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి అన్నారు. రాష్ట్రంలోనే కాకుండా యావత్ భారతదేశంలో ఏ ఒక్క నాయకుడు కూడా మహిళల పేరిట 32 పథకాలను అమలు చేసి వారి ఆర్థిక స్వావలంబనకు, ఆర్థిక స్థిరత్వానికి కృషి చేసిన దాఖలాల్లేవని అన్నారు. ఇది ఒక్క వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలోనే జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి సారథ్యంలో మాత్రమే సాధ్యమైందన్నారు. నేడు కూటమి ప్రభుత్వం అమలు కాని హామీలిచ్చి అధికారంలోకి వచ్చాక నిలువునా దగా చేసిందన్నారు. సూపర్ సిక్స్ పథకాల జాడ లేకుండా పోయిందన్నారు. మహిళలను నిలువునా మోసం చేసిందన్నారు. కార్యక్రమంలో నియోజకవర్గం మహిళా విభాగం అధ్యక్షురాలు దాసరి నాగరత్నం, రాష్ట్ర మహిళా కార్యదర్శి గులిపిల్లి సునీత, ఎంపీపీలు మజ్జి శోభారాణి, బలగ రమణమ్మ, జడ్పీటీసీ సభ్యులు బలగ రేవతమ్మ, మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ బోను గౌరీశ్వరి, వైస్ చైర్మన్ కొండపల్లి రుక్మిణి, ఎక్స్ స్టేట్ డైరెక్టర్ మజ్జి నాగమణి, మహిళా కౌన్సిలర్లు, సర్పంచ్‌లు, ఎంపీటీసీ సభ్యులు, సీనియర్ నాయకులు, మూడు మండలాలు, పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షులు బొమ్మి రమేష్, బొంగు చిట్టిరాజు, పాలవలస మురళీకృష్ణ కొండపల్లి బాలకృష్ణ, జడ్పీటీసీలు మామిడి బాబ్జి, అలజంగి రవికుమార్, పార్టీ కార్యవర్గ సభ్యులు, నాయకులు కార్యకర్తలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



పార్వతీపురం: మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా స్త్రీ విముక్తి సంఘటన ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన మహిళా పోరాట దినోత్సవ ర్యాలీలో పాల్గొన్న మహిళలు

ఘనంగా మహిళా దినోత్సవం

అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం శనివారం ఘనంగా జరిగింది. వివిధ రంగాల్లో పని చేస్తూ రాణిస్తున్న మహిళామణులను సంబంధిత అధికారులు సన్మానించారు. మహిళల ప్రాధాన్యత తెలుపుతూ ర్యాలీలు నిర్వహించారు. మహిళలతోనే సమాజాభివృద్ధి సాధ్యమని పలువురు వక్తలు పేర్కొన్నారు. మహిళలంతా విద్యావంతులు కావాలని తద్వారా అభివృద్ధి సాధకులుగా మారాలని ఆకాంక్షించారు. ఆయా కార్యక్రమంలో పలువురు అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు. – సాక్షి నెట్‌వర్క్



సీతానగరం: మహిళా దినోత్సవంలో మాట్లాడుతున్న పశు సంవర్థక శాఖ ఏడీ డాక్టర్ దీనకుమార్



పార్వతీపురం టౌన్: స్టాఫ్ నర్సులను సత్కరిస్తున్న ఏఆర్‌ఏ ఎస్‌డబ్ల్యూఏ సిబ్బంది



పార్వతీపురం టౌన్: ఎస్‌వీడీ కళాశాలలో మహిళా దినోత్సవ వేడుకల్లో పాల్గొన్న రెండవ అదనపు జిల్లా జడ్జి ఎస్.దామోదరరావు



సాలూరు: కేక్ కట్ చేస్తున్న స్టేట్ బ్యాంకు ఉద్యోగులు



సాలూరు: దండిగాంలో నిర్వహిస్తున్న అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవంలో పాల్గొన్న మహిళలు

విద్యార్థుల ఆరోగ్యమే ధ్యేయం : కలెక్టర్



విద్యార్థులకు కళ్లజోళ్లు పంపిణీ చేస్తున్న కలెక్టర్ ఎ.శ్యామ్‌ప్రసాద్

పార్వతీపురం టౌన్: విద్యార్థుల ఆరోగ్యమే ధ్యేయమని కలెక్టర్ ఎ.శ్యామ్‌ప్రసాద్ అన్నారు. అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా శనివారం పట్టణంలోని టీటీడీ కల్యాణ మండపంలో విద్యార్థులకు కళ్లజోళ్ల పంపిణీ చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పాఠశాల విద్యార్థులకు ఆరోగ్య కార్యక్రమంలో భాగంగా రాష్ట్ర ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు గతంలో జిల్లా వ్యాప్తంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులకు నేత్ర పరీక్షలు నిర్వహించి దృష్టి దోషం వున్న 1841 మంది విద్యార్థులకు కళ్ల జోళ్లు పంపిణీ చేపట్టామన్నారు.

కార్యక్రమంలో జిల్లా అంధత్వ నివారణ సంస్థ ఆధ్వర్యంలో నేత్ర వైద్యాధికారి నగేష్‌రెడ్డి, జిల్లా అంధత్వ నివారణ సంస్థ ప్రోగ్రామ్ మేనేజర్ డా.భాస్కరరావు జిల్లా ప్రోగ్రామ్ అధికారి డా.జగన్‌మోహనరావు, నేత్ర వైద్య సహాయకులు రమేష్, ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, ఆశా కార్యకర్తలు, పాల్గొన్నారు.

ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించాలి

సాలూరు: వాహనదారులందరూ ట్రాఫిక్ నిబంధనలు తప్పక పాటించాలని పట్టణ సీఐ అప్పలనాయుడు కోరారు. పట్టణ సమీపంలో వాహన తనిఖీలు శనివారం చేపట్టారు. వాహనాల రికార్డులను తనిఖీ చేశారు. నిబంధనలు పాటించని వాహనదారులకు అపరాధ రుసుము విధించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ద్విచక్ర వాహనదారులు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని అన్నారు. లైసెన్స్‌లు లేకుండా వాహనాలు నడపరాదని సూచించారు. వాహన రికార్డులు తప్పక కలిగి ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. నిబంధనలు అతిక్రమిస్తే చట్ట ప్రకారం చర్యలు ఉంటాయని హెచ్చరించారు.



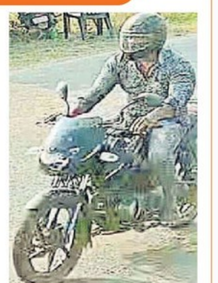
వాహన రికార్డులను తనిఖీ చేస్తున్న సీఐ అప్పలనాయుడు

‘భోజనం’ కార్మికుల ధర్నా రేపు



మధ్యాహ్న భోజనం పథకం కార్మికుల సమస్యల పరిష్కారానికి ఈ నెల 10న సోమవారం కలెక్టరేట్ వద్ద ధర్నా తలపెట్టామని ఆ సంఘం నాయకురాలు లక్ష్మమ్మ చెప్పారు. ధర్నాకు సంబంధించిన వాల్‌పోస్టర్లను బలిజిపేటలోని సీఐటీయూ కార్యాలయం వద్ద శనివారం విడుదల చేశారు. భోజన కార్మికుల పట్ల రాజకీయ కక్షపూరితమైన చర్యలు తగవన్నారు. ధర్నాకు భోజనం కార్మికులంతా తరలిరావాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమంలో మధ్యాహ్న భోజన పథకం కార్మికులు పాల్గొన్నారు. – బలిజిపేట

చైన్ స్నాచర్...



ఈ చిత్రంలో బైక్‌పై హెల్మెట్ పెట్టుకుని వెళ్తున్న వ్యక్తి చైన్ స్నాచర్ అని ఆచూకీ తెలిస్తే వెంటనే పోలీస్‌స్టేషన్‌కు సమాచారం ఇవ్వాలని బలిజిపేట ఎస్ఐ సింహాచలం కోరారు. ఎవరైనా మహిళలు ఒంటరిగా వెళ్తుంటే బైక్ ఎక్కించి గమ్యానికి చేరుస్తానని నమ్మబలికి మార్గంలోనే చైన్ స్నాచింగ్‌కు పాల్పడతాడని జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచించారు. ఈ వ్యక్తి ఆచూకీ తెలిసిన వారు వెంటనే 91211 09456 నంబరుకు తెలియపరచాలన్నారు. మహిళలు ఒంటరిగా వెళ్లినప్పుడు గుర్తు తెలియని వారు బండి ఎక్కమన్నా తిరస్కరించాలని సూచించారు. – బలిజిపేట

జాతీయ లోక్‌అదాలత్ విజయవంతం



నిర్వహిస్తున్న జాతీయ లోక్ అదాలత్

సాలూరు: పట్టణంలోని కోర్టు వద్ద శనివారం నిర్వహించిన జాతీయ లోక్‌అదాలత్ విజయవంతమైంది. గజపతినగరం జూనియర్ సివిల్‌జడ్జి కనకమహాలక్ష్మి అధ్యక్షతన నిర్వహించిన లోక్‌అదాలత్‌లో సివిల్ – 11, క్రిమినల్ – 25, సారా కేసులు – 57 తదితర 365 కేసులు పరిష్కారమైనట్లు కోర్టు సిబ్బంది తెలిపారు. వివిధ కేసుల జరిమానాల చలానాలు సుమారు రూ.2,85,000 ప్రభుత్వానికి చెల్లించినట్లు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో న్యాయవాదులు, పోలీసులు, సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వేసవి వ్యాధులతో తస్మాత్...



రోగులతో కిటకిటలాడుతున్న ఏరియా ఆస్పత్రి

సీతంపేట: ఎండాకాలం వచ్చిందంటే కొన్ని రకాల వ్యాధులు ప్రజలను తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురిచేస్తాయి. మునుపెన్నడూ లేని విధంగా మార్చిలో పగటి ఉష్ణోగ్రతలు ఉక్కిరిబిక్కిరి చేస్తున్నాయి. ఎండలో బయటకు వెళ్లాలంటే ప్రజలు బెంబేలెత్తిపోతున్నారు. వ్యాధులు కూడా అదే స్థాయిలో వ్యాపిస్తున్నాయి. ఏరియా ఆస్పత్రులు, పీహెచ్‌సీలు, సీహెచ్‌సీలకు రోగుల తాకిడి రోజురోజుకూ పెరుగుతోంది. ముందస్తు జాగ్రత్తలు పాటించకపోతే ప్రమాదమేనని వైద్యనిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ముఖ్యమైన వ్యాధులు, తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై వైద్యనిపుణులు పలు సూచనలు చేశారు.

టైఫాయిడ్...

ఇది అపరిశుభ్ర నీరు, కలుషిత ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవడం వల్ల ఆశిస్తుంది. అతి జ్వరం, అలసట, నిస్సత్తువ, కడుపునొప్పి, తలనొప్పి, ఆకలి లేకపోవడం టైఫాయిడ్ లక్షణాలు. అలాగే చర్మ సమస్యలు కూడా తెలెత్తుతాయి.

జాగ్రత్తలు: శుభ్రమైన మంచినీటిని, ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. బయట దొరికే చిరుతిళ్లు పూర్తిగా మానేయాలి. వైద్యుడుని సంప్రదించి మందులు వాడాలి.

అతిసార..

అతిసార సోకిన వారికి నీళ్ల విరేచనాలు అవుతాయి. పిల్లలు, వృద్ధులకు చాలా ఇబ్బంది. సకాలంలో స్పందించకపోతే ప్రాణాలకే ప్రమాదం. కడుపునొప్పి, వాంతులు, విరేచనాలు, బరువు తగ్గడం, శరీరంలో నీటి శాతాన్ని కోల్పోవడం జరుగుతుంది.

జాగ్రత్తలు: నిల్వ ఉన్న ఆహారం, నీరు తీసుకోకూడదు. ఎలక్ట్రాల్ పౌడర్‌తో నీటి శాతం, లవణాలు పెంచుకోవచ్చు.

మలేరియా..

మలేరియా ఆడ అనాఫిలిస్ దోమ కాటు ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. మూడు దశల్లో వ్యాధి ప్రభావం చూపుతుంది. మొదటి దశలో అధిక చలి, తలనొప్పి, వాంతులు, జ్వరం ఉంటాయి. రెండోదశలో చర్మం వేడిగా, అధిక రక్తపోటు ఉంటుంది. మూడో దశలో చెమట పట్టడం, నీరసం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

జాగ్రత్తలు: వైద్యుడి సూచనల మేరకు ముందులు తీసుకోవాలి. దోమలు కుట్టకుండా జాగ్రతలు పడాలి. మితాహారం మంచిది.

చికెన్ ఫాక్స్ (ఆటలమ్మ)...

కోడిపై ఉండే మచ్చల మాదిరిగానే మన శరీరంపై నల్లని మచ్చలు వస్తాయి. ఈ వ్యాధి కలిగించే వైరస్‌కు వేసవికాలం అనుకూలంగా ఉంటుంది. ఇది అంటువ్యాధి. శరీరం తీవ్ర జ్వరంతో ఉంటుంది. అలసట, ఒంటిపై బుడగలు తేలడం, తలనొప్పి, దురద, ఆకలి తగ్గడం దీని లక్షణాలు.

జాగ్రత్తలు: వ్యాధి తగ్గడానికి కనీసం పది రోజుల సమయం పడుతుంది. వ్యాధిగ్రస్తులు పూర్తిగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. వీరి నుంచి ఇంకొకరికి సోకకుండా దూరంగా ఉంచడం మంచిది.

మీజిల్స్..

ఇది ఎక్కువగా ఎండాకాలంలోనే చిన్న పిల్లలకు వస్తుంది. పారామిక్స్ వైరస్ కారణంగా వ్యాధి సంక్రమిస్తుంది. దీని వల్ల గొంతు వెనుకభాగంలో ఒక పొరలా ఏర్పడుతుంది. తీవ్రమైన జ్వరం దగ్గు, జలుబు, గొంతు నొప్పి, కళ్లు ఎర్రబడడం, నదుటిపై ఎర్రని మచ్చలు వస్తాయి.

జాగ్రత్తలు: వైద్యుడి సలహాలతో ముందులు వాడాలి. వ్యాధి సోకిన వారి నుంచి పిల్లలకు దూరంగా ఉంచాలి. ముందస్తుగా వ్యాక్సిన్ వేయించడం మంచిది.

జాండీస్ (పచ్చకామెర్లు)...

నీటి కలుషితం వల్ల పచ్చ కామెర్లు వస్తాయి. దీన్ని హెపటైటిస్–ఎ అంటారు. చర్మం పచ్చబడడం, మూత్రం పచ్చబడడం, చర్మంపై దురద, ఆకలి మందగించడం, జ్వరం, ఒళ్లు నొప్పులు తెల్లని మలం రావడం లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

జాగ్రత్తలు: శుభ్రమైన నీటిని తాగాలి. నూనె వినియోగం బాగా తగ్గించాలి.

డెంగీ..

ఇదో రకమైన విష జ్వరం. దోమకాటు మూలంగా ఒకరి నుంచి మరొకరికి వ్యాపిస్తుంది. ఈ వ్యాధి రెండు దశల్లో ఉంటుంది. అధిక జ్వరం, తల, కళ్లు, కండరాలు, కీళ్ల నొప్పులు తీవ్రంగా ఉంటాయి.

జాగ్రతలు: పగటి పూట కుట్టే దోమల నుంచి జాగ్రత్తలు పాటించాలి. ఇళ్ల పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. దోమలు పెరిగే ప్రదేశాలను నిరోధించాలి.

గవద బిళ్లలు..

వైరస్ కారణంగా గవద బిళ్లలు వస్తాయి. లాలాజలం గ్రంధులకు వాపు రావడం, జ్వరం, తలనొప్పి, ఒళ్లు నొప్పులు, అలసట, ఆకలి లేకపోవడం ఈ వ్యాధి లక్షణాలు.

జాగ్రత్తలు: ఈ వ్యాధికి ముందస్తుగా ఎంఎంఆర్ వ్యాక్సిన్ వేయించుకోవడం మంచిది.

వడదెబ్బ..

ఎండలు పెరగడంతో శరీరం ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించుకోలేని స్థితికి చేరుతుంది. శరీరంలోని ఎలక్ట్రోలైట్స్, మినరల్స్, నీటి శాతం తగ్గి సత్తువ లేని స్థితికి చేరడమే ఎండదెబ్బ. శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడం, చెమట పట్టడం, గుండె వేగంగా కొ ట్టుకోవడం, కండరాలు గట్టిపడడం, చర్మం ఎర్రగా మారడం, వాంతి వచ్చినట్టు ఉండడం లేదా వాంతి చేసుకోవడం, మూర్ఛ రావడం, తలనొప్పి, కోమాలోకి వెళ్లడం లాంటి లక్షణాలు వడదెబ్బ సోకిన వారిలో కనిపిస్తాయి.

జాగ్రత్తలు: వడదెబ్బ సోకిన వారికి వైద్యుల సలహాతో మందులు వాడాలి. రోజుకు 10 నుంచి 15 గ్లాసుల నీరు తాగాలి. పండ్లు, నిమ్మరసం, మజ్జిగ, కొబ్బరినీళ్లు, చెరుకు రసాలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. తెల్లటి దుస్తులు ధరించడం శ్రేయస్కరం. మసాలాలు, కారం , నూనె, ఫాస్ట్‌ఫుడ్, మత్తు పానీయాలకు దూరంగా ఉండాలి.

అప్రమత్తంగా ఉండాలి

వేసవిలో వచ్చే వ్యాధులపై ముందస్తు అప్రమత్తం అవసరం. వీటి నుంచి ఉపశమనం పొందడానికి నీటిని ఎక్కువగా తాగాలి. ఓఆర్ఎస్ ద్రావణం తీసుకోవాలి. సబ్‌సెంటర్ స్థాయిలో జింక్ ట్యాబ్లెట్లు కూడా ఇస్తున్నాం. అవి తీసుకుంటే మంచిది.

సత్యవేణి, డాక్టర్, మర్రిపాడు పీహెచ్‌సీ